

---

**Erster Teil**

---

**Einleitung, Geographie  
und Geschichte** 10–61

**Eine Art von Zauber** 21  
Eine Heranführung  
an den Charme Burmas

**Begeistert von einem uralten Land** 24  
Das Land in den Augen der Fremden.  
Zitate aus 1300 Jahren.

**Riesige Reisberge,  
fruchtbare Flußtäler** 33  
Die Berge, Flüsse und die  
Wirtschaft Burmas.

**Von Brahma bis Burma: 2500 Jahre  
Geschichte** 41  
Die turbulente Vergangenheit  
und unruhige Gegenwart  
dieses geprüften Landes.

Die ersten Einwohner 41  
Das goldene Zeitalter Pagans 42  
Die portugiesische Periode 43  
Wenn die Erde bebt, stehen große  
Veränderungen bevor 44

Die Anglo-Burmesischen Kriege 46  
Die Kolonialzeit 50  
Der Zweite Weltkrieg 51  
Der Unabhängigkeitskampf 55  
Der burmesische Weg zum  
Sozialismus 58

**Kurze Geschichtschronologie** 61

---

**Zweiter Teil**

---

**Die Menschen** 62–103

**Ein Foto-Portefeuille** 62  
von P. Klier

**Ein Land der völkischen Vielfalt** 75  
Burmas verschiedene Völker – gut  
gemischt und leicht erregt.  
Opium und die Minderheiten 79

**Buddha, Jambudipa und die 37 Nats** 91  
Die burmesische Religion – das Neben-  
einander von Theravabuddhismus,  
brahmanischer Kosmologie  
und Geisterglauben.

---

**Dritter Teil**

---

**Orte** 104–261

**Rangun, „das Ende vom Streit“** 117  
Die Shwedagon Pagode 125  
Rangun entdecken 139

**Pegu, Syriam und der Süden Burmas** 153

**Mandalay** 175

**Die Umgebung Mandalays  
und Nordburma** 191  
**Die prachtvollen Pagoden von Pagan** 213  
Die alten Städte der Pyu 237  
Mount Popa, die Heimat der Götter 238

**Das Shan-Bergland und der Inle See** 243

**Arakan und seine alten Städte** 253

<hr/>	
<b>Vierter Teil</b>	
<hr/>	
<b>Landeskunde</b>	<b>262–287</b>
<b>Der burmesische Alltag Von der Geburt bis zum Tod</b>	<b>269</b>
<b>Heiß und scharf: burmesisches Essen</b>	<b>271</b>
<b>Ein Land der Jade und Rubine</b>	<b>273</b>
<b>Das Kunsthandwerk</b>	<b>274</b>
<b>Das burmesische Theater: eine lebende Kunst</b>	<b>277</b>
<b>Shin-pyü: Aufnahme in die Gemeinschaft der Gläubigen</b>	<b>280</b>
<b>Vollmondzeit ist Zeit zum Feiern</b>	<b>283</b>
<hr/>	
<b>Fünfter Teil</b>	
<hr/>	
<b>Tips und Hinweise in Kurzfassung</b>	<b>290–313</b>
Die Reise nach Burma	290
Reisetips	291
Informationen für Touristen	293
Transport	294
Hotels und Unterkünfte	297
Essen	298
Trinken	299
Das Nachrichtenwesen	299
Die Medien	300
Lebensart und Verhaltensweisen	301
Andachtsstätten	302
Kulturelle Hinweise	303
Sport	305

Allgemeine Informationen	306
Diplomatische Vertretungen	308
Einkaufen	310
Die Sprache	310
Überleben auf Burmesisch	311
Literaturvorschläge	313
Foto- und Bildernachweis	318
Glossar	324
Index	326
<b>Karten und Pläne</b>	
Die alten Städte	41
Völkische Minderheiten	75
Karte: physisch	112
Karte: Städte, Straßen und Eisenbahnen	113
Rangun	116
Die Shwedagon Pagode	128
Das Stadtzentrum von Rangun	140
Der Süden Burmas	153
Pegu	157
Mandalay	176
Zentralburma	191
Pagan	216
Das Shan-Bergland	243
Die Umgebung von Myohaung	256
Internationale Flugverbindungen	290
<b>Titelbild</b>	
– Günter Pfannmüller	
<b>Kartographie</b>	
– Jane Eckelman und Everett Wingert	